

Ano XXI | nº 222 | Dezembro de 2019

revista  
**Seven**  
Cultural

*Governo do Estado de São Paulo, por meio da Secretaria de Cultura e Economia Criativa, e Prefeitura Municipal de Olímpia apresentam:  
**Réveillon 2020 com show de Alexandre Pires***



Patrocínio



Realização



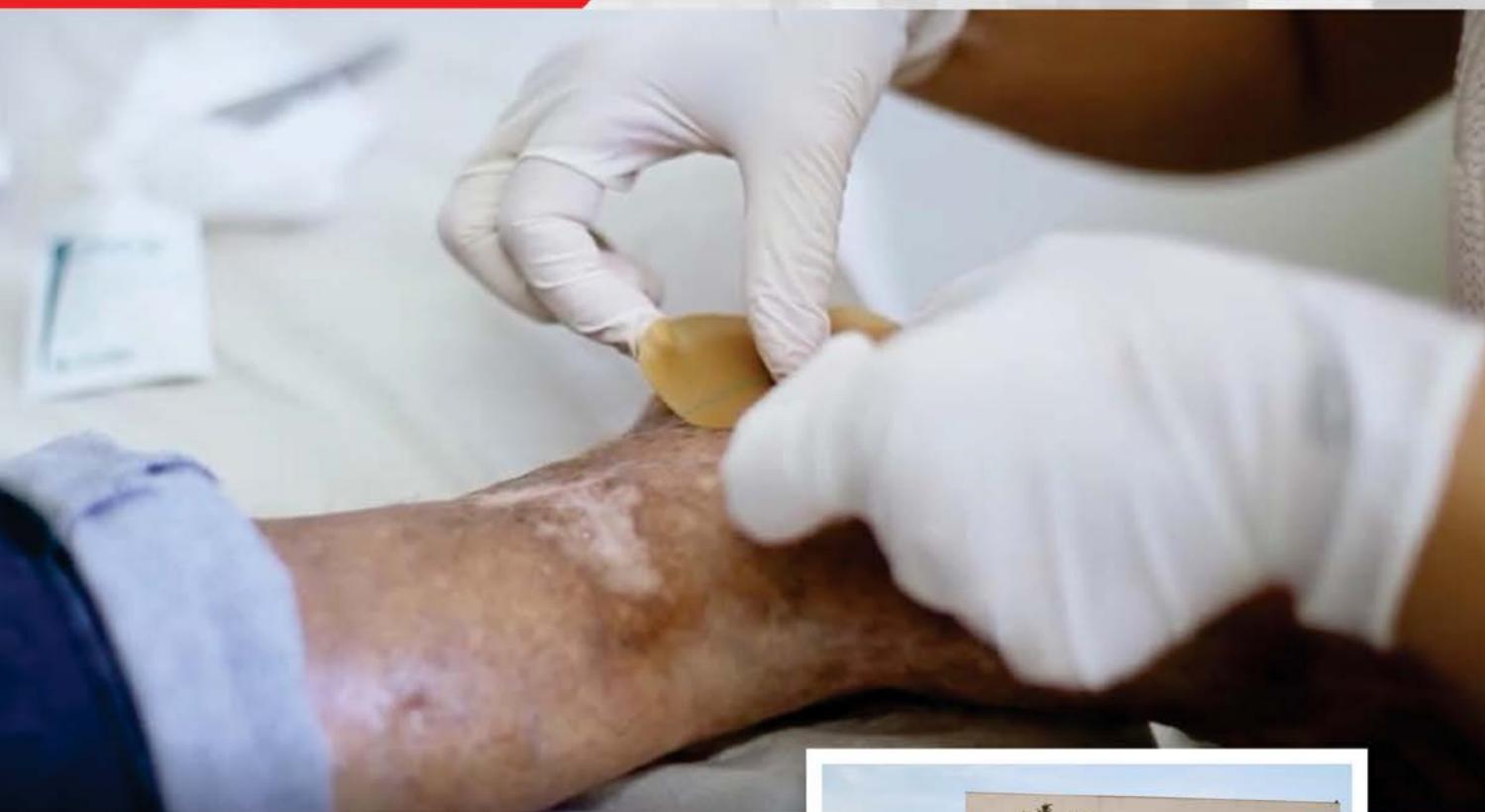
| Secretaria de Cultura e Economia Criativa

# COMPROMISSO E RESPEITO COM O CLIENTE

Distribuindo medicamentos de qualidade há mais de 3 décadas

☎ 17 2139-3090

🌐 [gruposocimica.com.br](http://gruposocimica.com.br)



Av. Dr. Jânio Quadros, 150 - Distrito Industrial Dr. Ulysses da Silveira Guimarães  
São José do Rio Preto/SP

revista  
**Seven**



Fernando Furlan - Editor

São José do Rio Preto | SP

Ano XXI | nº 222 | Dezembro de 2019

Fone/WhatsApp: 17 99619 2705

[www.revistaseven.com.br](http://www.revistaseven.com.br)

[revista@revistaseven.com.br](mailto:revista@revistaseven.com.br)

Publicação trimestral

Tiragem 2.000 exemplares

**Diretor Geral**

Fernando Furlan - MTB 32.892

**Produção Gráfica / Revisão**

Agência Messaggio - 17 98101-0731

**Fotografia - Divulgação**

**Impressão**

Gráfica São Sebastião - 17 3215 0700

**Distribuição gratuita**

Academias de Ginástica | Agências de Automóveis

Agências de Modelos

Agências de Propaganda | Agências de Turismo

| Bares e Restaurantes | Boutiques | Câmara

Municipal | Cartórios | Centros de Estética

| Colégios | Particulares | Condomínios | Choperias

Cursinhos | Churrascarias | Clubes Sociais | Escolas

de Informática | Escolas de Idiomas | Fast Foods

Fotos | Hotéis | Lanchonetes | Livrarias | Lojas de

Conveniências | Óticas | Papelarias | Perfumarias

| Pizzarias | Postos de Combustíveis | Salões de

Beleza | Shoppings | Universidades

# EDITORIAL

## Patrocínio que vem dos Empresários

Há alguns anos a Revista e a TV Seven vem buscando um novo rumo, uma inspiração para continuar nesse mercado competitivo da comunicação. Os anunciantes estão cada vez mais escassos, o que se houve dizer é que o veículo impresso vai acabar, mas desde que fundamos a Seven nada foi fácil. Por isso, buscamos aquilo que poderia dar um "gás", um ânimo e acima de tudo, recursos para investir em informação de qualidade e ao mesmo tempo, possibilitar ao empresário, investir, sem tirar de seu capital.

Ainda acreditamos no retorno para o anunciante que publica uma campanha para atrair o cliente pelo conteúdo e não pelo modismo, e para isso, um caminho foi encontrado.

Há algum tempo observamos que mediante tantas opções de mídias e poucas informações de retorno, o empresário não sabe onde investir o seu recurso de marketing.

Uma das maneiras de atrair as empresas foi buscar um projeto que permitisse o incentivo por meio da Cultura, daí surgiu a ideia de realizar um projeto pelo Programa de Ação Cultural, PROAC, da Secretaria de Cultura e Economia Criativa, do Governo do Estado. Muitos que eu comentava sobre, achavam que o projeto nem seria aprovado e a captação do recurso, praticamente impossível.

E foi aí que investimos em pesquisas de mercado e parceiras com empresas do segmento, e vimos que a chance era pequena, mas havia. Tudo caminhou em sigilo e o projeto foi gradativamente fluindo, primeiro foi a aprovação do projeto pela Secretaria de Cultura de Estado, e depois o mais difícil, realizar a captação dos recursos, foram 2 anos de um trabalho de formiguinha e hoje estamos aqui pra comemorar o resultado de que quem acredita, sempre alcança.

Conseguimos a tão sonhada aprovação e captação do primeiro projeto intitulado "Seven Cultural", no qual empresas destinaram seu ICMS, ou seja, ao invés de pagar o imposto devido 100% para o Estado, uma parte foi destinada para o projeto.

A lei de incentivo do Proac - Programa de Ação Cultural, do Governo do Estado, beneficiará o projeto "Seven Cultural" durante 6 meses para a Revista e TV Seven, e aqui os nossos agradecimentos especiais, a Josimara Viudes, nossa parceira no setor de produção do projeto e às empresas, Arco Iris, Só Química e Pandin que investiram e acreditaram em nosso projeto.

Nessa edição temos destaques especiais da área cultural, como o Réveillon das cidades de Rio Preto e Olímpia, a exposição Naif que acontecerá no Sesi de São José do Rio Preto, o cantor Toquinho que se apresenta em Votuporanga e alguns destaques da programação do SESC de Rio Preto e Catanduva.

Patrocínio

Realização

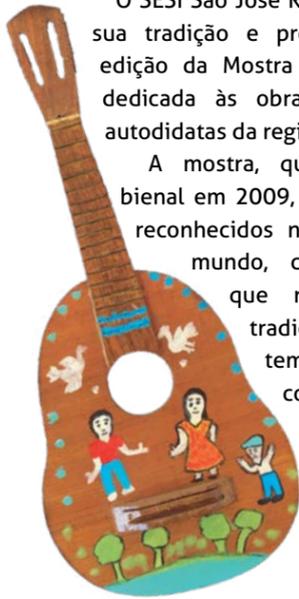


| Secretaria de Cultura e Economia Criativa



## Artistas da região expõem suas obras durante a mostra

O Sesi São José Rio Preto segue sua tradição e promove a 12ª edição da Mostra de Arte Naïf, dedicada às obras de artistas autodidatas da região.



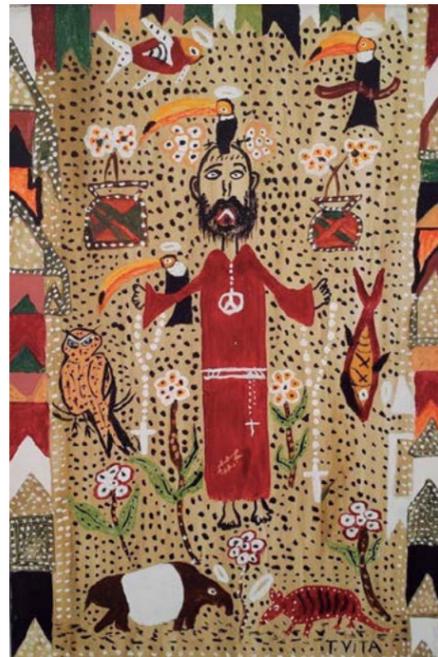
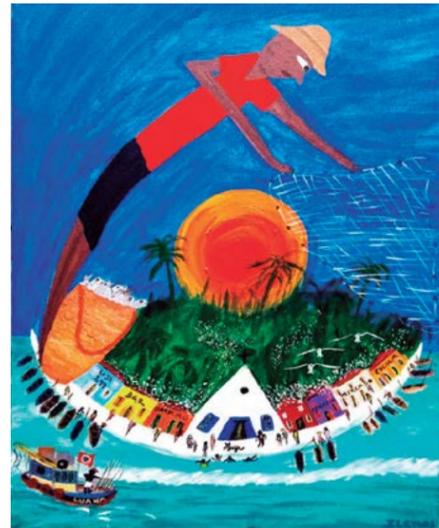
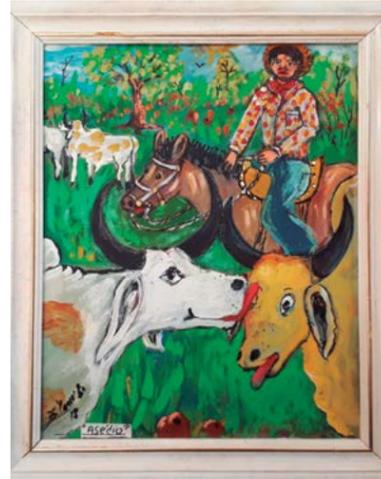
A mostra, que se tornou bienal em 2009, recebe nomes reconhecidos no Brasil e no mundo, com trabalhos que refletem suas tradições e trazem temas de seu contexto social, como a religiosidade e as festas

populares, além de animais e de cenas do cotidiano, da cidade e do campo.

Entre as principais características dos trabalhos estão a espontaneidade, o colorido e a criatividade.

No dia 11 de dezembro, às 19h30, haverá um coquetel de abertura e toda a comunidade está convidada a prestigiar o evento. A partir do dia 12, o espaço segue aberto para visitação e disponível para agendamento de grupos escolares.

Lista de artistas participantes da 12ª Mostra de arte Naïf: Aloísio Silva / Daniel Firmino / Deraldo Clemente / Edigard Di Oliveira / Euclides Coimbra / Ilson Freitas / Orlando Fuzinelli / Geo Oliveira / Jair Lemos / Luciana Mariano / Olinda Silva / Rodrigo Silva / Terezinha bília / Thomaz Vita/ Toninho Anjo/ Vair Assis.



12ª Mostra de Arte Naïf  
De 12/12/19 a 15/02/20  
De terça a sábado, das 14h às 20h  
Classificação Livre  
Entrada gratuita  
Local: Sesi – São José do Rio Preto  
Av. Duque de Caxias, 4656 – VL. Elvira  
São José do Rio Preto/SP  
Informações: (17) 3221-8600

Patrocínio

Realização



Secretaria de Cultura e Economia Criativa



## Prefeitura de Rio Preto inicia os preparativos para o Réveillon

A festa terá início às 21h de terça-feira (31), contará com show da Banda Rio-Alta Conexão, além do show pirotécnico com aproximadamente 15 minutos de duração, com fogos de baixa sonoridade, e multicoloridos.

O evento é realizado pela Secretaria Municipal de Cultura com apoio das Secretarias de Trânsito, Transporte e Segurança; Meio Ambiente e Urbanismo; Desenvolvimento Econômico e Negócios de Turismo, Guarda Civil Municipal, além de Polícia Militar, Bombeiros, Samu e TV TEM.

Como já ocorreu em anos anteriores, não será permitida a entrada com garrafas, copos, taças e qualquer outro recipiente

de vidro na área do Anfiteatro da Represa. O público poderá acessar a área do show portando vasilhames de plástico e lata.

O evento contará com toda a infraestrutura e segurança para o público, com presença da Guarda Civil Municipal, SAMU, Polícia Militar, brigadistas e seguranças particulares.

A segurança será feita por aproximadamente 100 homens, da Guarda Civil Municipal (GCM), da Polícia Militar (PM), seguranças particulares contratados e brigadistas particulares contratados. A GCM e PM também farão ronda com veículos motorizados por toda a área.

Haverá possibilidade de estacionamento de veículos no

estacionamento da Swift até às 21h30. Após esse horário ou até a lotação do estacionamento da Swift, o público poderá estacionar nos bolsões nas alças da Avenida Duque de Caxias.

Todas as linhas do transporte coletivo de Rio Preto terão uma partida extra na noite da virada. Isso porque as últimas linhas de rotina (que deixam o terminal central por volta das 0h) voltarão para o Terminal Urbano e aguardarão os passageiros até as 0h50 do dia 01/01/20, quando partem para seus destinos. Após esse horário, estarão à disposição apenas as quatro linhas noturnas regionais – que tem um itinerário mais amplo.



Patrocínio

Realização



Secretaria de Cultura e Economia Criativa

# SESC Rio Preto promove eventos

## Show

### Mostra Jovem de Música



Shows dos grupos selecionados para participação da mostra de música do projeto Impulso, Mostra Jovem de Música. A programação da mostra contará ainda com pocket shows da banda riopretense Maestrick e da multiinstrumentista baiana Michelle Abu, músicos responsáveis pelas atividades formativas do projeto neste ano.

Dia: 15/12/19 das 15h às 20h.

Comedoria.

Valor: Grátis.

Sensura: Livre

### Maestrick

O Maestrick foi formado em São José do Rio Preto em 2006. Desde o início, seu objetivo era mesclar rock progressivo e heavy metal. Suas influências musicais eram bandas como Queen, Rush, Yes, Jethro Tull, Iron Maiden, Metallica e Pantera. Além disso, receberam as influências de outras linguagens artísticas como o surrealismo das obras de Tim Burton.

Dia: 15/12/19 às 19h.

Comedoria.

Valor: Grátis.

Sensura: Livre

### Michelle Abu

A Multi-instrumentista baiana, Michelle Abu transita facilmente por diferentes estilos musicais, que vai desde a música popular ao rock nacional, até ritmos regionais e de raiz; imprimindo em todos

eles suingue e marcas próprios, resultado de 21 anos de estrada. Já atuou com grandes artistas como Lobão, Iralá, Elza Soares, Riachão, Baby do Brasil, Maria Alcina, Márcia Castro, Arnaldo Antunes, Edgar Scandurra, Filipe Catto, entre outros.

Dia: 15/12/19 às 18h.

Comedoria.

Valor: Grátis.

Sensura: Livre

### Samba da Elis

Com o intuito de ampliar a representatividade das mulheres na roda de samba como musicistas, nasce o Samba da Elis, uma roda de samba mensal, (terceiro domingo de cada mês) na Praça Elis Regina - Butantã - Zona Oeste de São Paulo, voltada para a apresentação de rodas e grupos de mulheres, priorizando seus trabalhos autorais, fomentando a troca de experiências e acolhimento daquelas mulheres em processo de aprendizagem musical. Participação Dj Taroba.

Dia: 08/12/19 das 14h às 18h.

Comedoria.

Valor: Grátis - Sem retirada de ingressos.

Sensura: Acima de 16 anos.

### Psicodella



Desde que lançou seu primeiro álbum de estúdio, "Quem Vai Nos Ouvir", a banda rio-pretense Psicodella vem marcando presença em festivais do interior paulista. As canções autorais destacam temas do cotidiano, como relacionamentos, política, comportamento e música.

Formada por Walter Poletti, (guitarra),

Anie Doná (vocal), Hailon Vançan (baixo) e Daniel Borsato (bateria) a banda que já abriu shows de NX Zero, Made in Brazil e Dr. Sin, prepara o terreno para seu segundo disco.

Dia: 02/01/20 das 21h às 22h30.

Comedoria.

Público: 300 pessoas

Valor: Grátis - Sem retirada de ingressos.

Sensura: Acima de 16 anos.

### Trio Sabiá

Com mais de três décadas de carreira, o grupo circula o país com o show "34 anos de história". O repertório inclui músicas conhecidas do gênero musical tipicamente brasileiro.

Luiz Gonzaga, Dominginhos e até canções autorais de seus integrantes, o trio apresenta também músicas de novos compositores do estilo.

A atual formação do grupo conta com o veterano João Oliveira de Almeida, mais conhecido como "Tio Joca", na sanfona e voz, com José Bezerra de Meneses Filho, o Zito, na zambumba e voz, e com Geraldo Lucas da Silva (ou somente Lucas), no triângulo e voz.

Dia: 19/12/19 das 21h às 22h30

Comedoria.

Valor: Grátis - Sem retirada de ingressos.

Sensura: Acima de 16 anos.

### Chá de Lua



O álbum "Protetor Solar - para tocar no rolê" é o terceiro trabalho autoral do grupo. As canções que compõem o novo álbum são uma seleção de faixas que refletem o atual momento do grupo, com canções que reverenciam o mar e a vida.

Dia: 27/12/19, das 21h às 22h30.

Comedoria.

Valor: Grátis - Sem retirada de ingressos.

Sensura: Acima de 16 anos.

# Confira a programação do SESC em Catanduva

## Galera no SESC

Projeto que convida o jovem a participar de ações processuais que fortaleçam a convivência, o diálogo e a troca de experiências, por meio de diferentes linguagens artísticas, acesso às informações e fortalecimento de relações afinadas com seus interesses.

Para finalizar as atividades realizadas durante o ano de 2019, a galera terá uma tarde livre para aproveitar os equipamentos do Sesc com muita diversão, jogos e recreações esportivas e aquáticas.

Dia: 20/12/19 das 14h às 17h30.

Público: Exclusivo para os inscritos no programa.

### Iara Ferreira



O show apresenta um apanhado de canções de compositoras brasileiras dos anos 50 até a atualidade. A voz e violão de Iara Ferreira, somados ao piano de Leonardo Freitas, contrabaixo de Cleber Fogaça e bateria de Guilherme Carvalho, resultam em uma sonoridade versátil nas canções revisitadas.

Dia: 12/12/19 das 20h15 às 21h30.

Local: Quiosque A.

Valor: Grátis.

Sensura: 14 anos.

### Coral Sintonia Perfeita

Em atividade desde 2016, o grupo com regência de Tássio Mendes apresenta uma coletânea de músicas que remetem ao Natal.

Dias: 09 e 23/12/19 às 20h30.

Local: Praça da República.

Dia: 13/12/19 às 20h30.

Local: Quiosque A.

Sensura: Livre.

Valor: Grátis.

### Juliana Blóes



Cantora de Araraquara, Juliana Blóes é uma das revelações do interior de São Paulo, que neste show apresenta um repertório composto por canções de Djavan, em uma nova roupagem.

Dia: 19/12/19 das 20h15 às 21h30.

Local: Quiosque A.

Valor: Grátis.

Sensura: 14 anos.

### Sonnora Street Band



Banda formada por 7 músicos sendo 4 sopros, 2 percussão e 1 banjo, que traz o conceito e estilo das Walking Band's americanas.

Dias: 10, 12, 17 e 19/12/19 às 19h30.

Local: Cortejo pelas ruas centrais da cidade.

Dia: 20/12/19 às 15h30.

Local: Cortejo pelos espaços do SESC.

## Teatro

No mês de dezembro, o Sesc Catanduva propõe a ampliação do universo das meninas para além das histórias das princesas, mostrando que elas podem se inspirar em outros personagens.

### O Cabelo da Princesa

Ísis, uma garotinha prestes a se tornar adulta, passou a sua vida toda em um orfanato ao lado de seu amigo boneco. Vivendo no sótão, ela acredita que aquele pequeno espaço onde fica é o seu reino,

mas sempre se questionou por que todas as princesas dos livros, filmes e histórias contadas têm o cabelo liso. Será que nenhuma tinha o cabelo enroladinho como o dela?

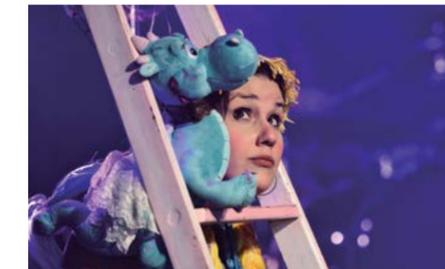
Dia: 15/12/19 das 10h30 às 11h30.

Local: Quiosque A.

Sensura: Livre.

Valor: Grátis.

### A Princesa Errante e o Príncipe Errado



Era uma vez um príncipe e uma princesa que viveram felizes para sempre. Assim começam e terminam muitos contos de fada. Mas, nesta, o príncipe não queria ser príncipe e a princesa não queria ser princesa! Ele era considerado um "errante", e a princesa sonhava em ser uma "errante", viver por aí seguindo seu destino. O que será que havia em comum na história deles?

Dia: 8/12/19 das 10h30 às 11h30.

Local: Quiosque A.

Sensura: Livre.

Valor: Grátis.

## Jovens

### Dança K-Pop

Uma coreografia jovem, inovadora, na qual se mistura a música eletrônica, electropop, hip hop, rock e R&B originários da Coreia do Sul.

Dia: 15/12/19 das 14h às 18h.

Local: Quiosque A.

Valor: Grátis.

### Ontem e hoje: no ritmo das baladas

Venha experimentar os diferentes ritmos que foram sucesso nas décadas de 80, 90, 2000 até os atuais, conciliado às técnicas de ginástica aeróbica e circuito funcional. Com educadores do Sesc Catanduva.

Dia: 21/12/19 das 15h às 16h.

Local: Sala de Ginástica.

Valor: Grátis.

Patrocínio

Patrocínio



## Votuporanga apresenta Toquinho acompanhado da Orquestra Sinfônica

Evento marca encerramento de programação especial de final de ano na Concha Acústica

Tradicionalmente a Prefeitura de Votuporanga, por meio da Secretaria da Cultura e Turismo, realiza no equipamento público central da cidade o evento "Festividades na Concha". Trata-se de uma programação especial que coincide com a abertura do comércio no período noturno e objetiva oferecer ao turista e ao

morador apresentações públicas gratuitas de música, teatro, balé e cultura popular.

Em 2019 a programação tem início no dia 7 de dezembro e segue até no domingo, dia 22.

O evento vai trazer, entre outras atrações, espetáculos de balé da Almagêmea e do Studio de Dança Mariana Maricato, a Banda Musical Zequinha de Abreu, o Coral de Violas "A Voz do Sertão", o Cortejo da Companhia de

Reis Garça Branca, Coral Comunicanto e Comunicanto Kids, Symphonic Rock, o Núcleo de Iniciação às Artes Cênicas, com "Um conto de Natal", o Coral Canto Livre, o cantor de MPB Marcio Zarsi cantando Tim Maia, Concerto Orquestra e Coral Canto Livre, da Escola Municipal de Artes.

Para finalizar, a apresentação do cantor Toquinho, acompanhado da Orquestra Sinfônica Arte Viva, regida pelo Maestro Amilson Godoy.

Patrocínio



| Secretaria de Cultura e Economia Criativa



## Olímpia recebe espetáculo musical "O Jardim da Meia-Noite"

A Casa de Cultura de Olímpia recebe o musical "O Jardim da Meia-Noite". As apresentações vão ocorrer nos dias 07, sábado, às 20h, e 08/12, domingo, às 18h.

O espetáculo possui músicas e trilha sonora originais e conta, no elenco, com destaques como o ator Ricardo Monastero, no ar no horário nobre da Globo, em "A Dona do Pedaço" como o pedófilo Lauro, e a atriz de grandiosos musicais, Talitha Pereira, filha dos olímpenses Sheila Ribeiro e Fernando Cunha. Ainda fazem parte da peça os atores Elaine Marinho, Erika Altimeyer, Pedro Silveira, Nellson Oliveira e Tainan Pongeluppe. A direção é de Alexandre Tenório e Gláucia da Fonseca.

Inspirado no livro homônimo de Philippa Pearce, o musical gira em torno da história de Tom, um garoto que é mandado

contra sua vontade para a velha mansão de seus tios, a fim de escapar do contágio de sarampo que seu irmão contraiu. Depois de uns poucos dias de absoluto tédio, a quarentena de Tom se transforma numa aventura, quando um velho relógio leva o garoto a uma outra dimensão. Entusiasmado com o que o novo lugar oferece, ele conhece uma solitária garota, Tita, com quem faz amizade e começa a refletir sobre a importância da compaixão e da alegria de se ter com quem contar.

O projeto foi aprovado pelo ProAC ICMS e tem o patrocínio das empresas Havan e JSL. A peça tem classificação indicativa de 14 anos e duração de 80 minutos. A entrada é gratuita e os ingressos serão distribuídos com uma hora de antecedência de acordo com a lotação do local.



## Olímpia anuncia Réveillon 2020 com show de Alexandre Pires

A Prefeitura da Estância Turística de Olímpia acaba de confirmar a grande atração do Réveillon 2020. A festa da virada será comemorada ao som de Alexandre Pires, com a turnê "Baile do Nêgo Véio".

A chegada do novo ano será celebrada no estacionamento do parque aquático Thermas dos Laranjais. Segundo o prefeito Fernando Cunha, a proposta é de oferecer diversão tanto para a população olímpense como para os turistas que escolhem a cidade para passar o fim de ano.

A festa terá início por volta das 22h, com a apresentação de abertura do cantor sertanejo Joab. Bastante querido na região, o músico ganhou destaque nacional, no ano passado, ao ser um dos finalistas do reality Canta Comigo, da TV

Record.

O evento é uma realização da Prefeitura, por meio da secretaria de Turismo, Cultura, Esporte e Lazer, com apoio de empresas parceiras.

Será montada uma estrutura completa com banheiros, segurança, estacionamento, praça de alimentação e barracas para comercialização de bebidas.



Patrocínio



| Secretaria de Cultura e Economia Criativa

# 2ª Corrida de Rua pelo Bem-Estar aconteceu com Lei de Incentivo Paulista e contou com largada especial para pessoas com deficiência



COFCO eALCER comemoram sucesso do evento

No dia 13 de Outubro de 2019, às 8h, a Associação Lazer Cultural Esportiva Riopretense (Alcer) realizou a 2ª Corrida de Rua pelo Bem-estar, na Av. José Munia, s/n (estacionamento do Centro Regional de Eventos), em São José do Rio Preto, para 1800 corredores que se inscreveram, com um percurso de 5km para corrida.

Nesta corrida houve uma largada antecipada, às 7h30, para pessoas com deficiência convidadas e inscritas, de forma a incentivar a prática do esporte e acessibilidade de todos. Nesta categoria foi um total de 196 pessoas inscritas, que fizeram um percurso menor, mas puderam participar do evento e sentir o

prazer e bem-estar que o esporte possibilita, assim como interagir com todos os outros participantes, o que promoveu a inclusão.

A 2ª Corrida de Rua pelo Bem-estar surgiu com o objetivo de priorizar a ampla participação de pessoas, atendendo a adolescentes, adultos, idosos, pessoas com deficiências, evitando a seletividade e a hipercompetitividade, com inscrição gratuita e prioridade para pessoas em situação de vulnerabilidade (Ongs da cidade que trabalham com esporte, possuem atletas aptos).

Assim o principal objetivo é tornar o esporte acessível a todos, independente da idade, do poder econômico, permitindo que qualquer um possa se beneficiar de sua prática.



Alunos da Associação Renascer

## Benefícios da corrida de rua para a saúde

Hoje se sabe da importância de uma atividade física para a saúde e qualidade de vida, e ainda podemos destacar sobre a corrida de rua:

- é o segundo esporte mais popular no Estado de São Paulo, perdendo apenas para o futebol;
- é um dos exercícios mais recomendados para o bem-estar físico e mental;
- é uma atividade completa que envolve praticamente todos os músculos do corpo;
- proporciona contato com a natureza e diferentes paisagens e maior gasto energético devido às irregularidades do terreno;

- maior socialização, pois é possível formar grupos;
- outro atrativo do esporte é o fator financeiro, já que ele pode ser feito na rua ou em parques, por qualquer pessoa, independente da idade, classe social ou etnia. Para praticá-lo, basta usar roupas confortáveis e um tênis adequado.

Conheça um pouco mais sobre a Lei Paulista de Incentivo ao Esporte

Este foi um projeto aprovado pela Lei Paulista de Incentivo ao Esporte, junto à Secretaria de Esporte do Estado de São Paulo (SEESP), em que foi possível captar a destinação de ICMS de empresas credenciadas, como a COFCO, patrocinadora exclusiva.



Patrocínio



Realização



# UNESP realiza evento para comemorar Outubro Rosa



No dia 26 de outubro foi realizado em São José do Rio Preto a 2ª Corrida e Caminhada da Unesp. Este evento vem sendo realizado por meio do Convênio UNESP/Santander e o Núcleo de Movimento, Inclusão e Saúde, grupo responsável por propor "atividades esportivas, visando à qualidade de vida dos discentes, docentes e servidores técnico-administrativos da Unesp" - Câmpus de São José do Rio Preto, bem como a interação com a comunidade de São José do Rio Preto e região, "a fim de enfatizar a importância da prática do esporte como forma de manter uma vida mais saudável." Nesta edição, em parceria com a ALCER, a corrida fez parte da "Alcer Cup 2019", sendo a 4ª etapa do circuito, a qual contou com aproximadamente 750 "inscritos para correrem percursos de 5 e 10 quilômetros, nas proximidades do prédio da UNESP, sendo desses, aproximadamente "100 inscritos competiram pela categoria servidor e aluno da UNESP." A corrida integrou a programação do outubro rosa, mês em que toda a fachada do prédio foi iluminada de rosa e ofereceu dentre suas atrações a "realização de exames como aferição de pressão arterial, medidas antropométricas e instruções para o autoexame de mama, em parceria com a ETEC Philadelpho "Gouvêa Netto. O evento contou com a apresentação da Bateria Psicoteria, das Psicoliders - Cheerleaders, grupos da Atlético do Câmpus de São José do Rio Preto, da Cia Cômica Teatro de Bonecos e o apoio do Tiro de Guerra.



Organização: **ALCER**  
 Realização: **unesp** UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA "JULIO DE MESQUITA FILHO"

**Verão 2020**  
 Monte Líbano na Prainha

26/01  
 02/02  
 09/02

**SUCESSO EM 2019!**



REALIZAÇÃO: **CLUBE MONTE LIBANO** SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

DIRETORIA: **Nadim Cury/Paulo Voltarelli**



**Inglês no Kumon**  
 Método de ensino inovador e eficiente

- Desenvolvimento de um rico vocabulário
- Domínio das estruturas do idioma
- Conteúdo focado nos assuntos fundamentais
- Complexidade aumentada gradativamente

**KUMON** R. Amadeu Segundo Cherubini, 537 - São Manoel  
 São José do Rio Preto/SP  
 Tel. 17 3327-0644 ou 98225-2244

## Bumerang



Carlos Alex Fett

O final de ano traz reflexões e motiva-nos a buscar novos caminhos. Os dias não ficam mais curtos ou longos; não há mudanças bruscas na sociedade; muito menos os problemas que nos afligem acabam em um passe de mágica. Mas é fim de ano! Isso já basta para que sintamos que algo diferente pode acontecer na nossa vida. E esta simples crença de que a partir de 01 de janeiro novas oportunidades acontecerão já nos enche de ânimo, redobra-nos a coragem e nos faz sorrir imaginando um futuro com mais sucesso profissional e pessoal. Podemos então ser felizes? Podemos sim. Desde que compreendamos o que nos faz felizes por inteiro.

Definições sobre o que é e como atingir a felicidade povoam livros de auto-ajuda, religiosos e filosóficos. Há inúmeras teorias sobre o meio de alcançar e manter-se de bem consigo mesmo. Mas a idade, as experiências e dificuldades acabam por minguar em muitos de nós a expectativa de que realmente exista felicidade completa. Passamos a ver este sentimento como inatingível, piegas e até ingênuo.

Esta definição, calcada em anos de destempero ou insucessos particulares, faz com que vivamos sem entender o que realmente nos complementa e nos faça felizes! Sobrevivemos, mas não vivemos plenamente. Falta-nos algo. Ficamos insatisfeitos,

buscando não sabemos o quê. O dinheiro já não basta e atormentamo-nos por mais; os amigos não nos preenchem; a família nos incomoda; a vida torna-se angustiante, inquietando-nos. Uma sensação de sufoco e vazio. Como e com o quê serei feliz, é a pergunta que não se cala em nosso íntimo.

Érico Veríssimo define a felicidade como "a certeza de que nossa vida não está se passando inutilmente". Por esta definição do poeta, ser feliz é comprometer-se com o alheio, com o aprendizado, com o equilíbrio de ações que nos possibilitem crescermos como seres humanos. Complementa a idéia de Veríssimo o português Fernando Pessoa, mostrando-nos que "Navegar é preciso, viver não é preciso". Passar a vida simplesmente vivendo ao Deus dará, faz com que vivamos estagnados e alienados. A falta de envolvimento com o coletivo nos fecha em nosso próprio mundo. E este, por maior ou mais agitado que seja, profissional ou emocionalmente, trará o sentimento de vazio, de inutilidade frente à sociedade. Não há como haver felicidade sem distribuir cumplicidade. Levar felicidade trará felicidade. Efeito bumerang em um mundo redondo. Porém, alguém tem que jogar o bumerang para que ele retorne. Está disposto?

"Não julgue que alguém viveu muito devido às rugas e cabelos brancos; ele pode não ter vivido muito, apenas existido...". Sêneca

Carlos Alex Fett  
Consultor Empresarial  
ca.fett@hotmail.com

## Podologia no Esporte



A Podologia esportiva é um campo da Podologia, que foca as ações preventivas e curativas das lesões que o esporte traz. "Algumas atividades como corridas e ciclismo, provocam bolhas que, se não tratadas adequadamente, podem trazer complicações durante a prática e com isso a redução do desempenho. Atividades como a natação, são geradoras de lesões de

pele como as tinas interdigitais (frieiras) e micoses de unha, nestes casos, o desconforto físico e estético são os grandes responsáveis pelos incômodos ao paciente." De certa forma, a

avaliação biomecânica do atleta é imprescindível para o correto diagnóstico e para a elaboração de um plano de ação focado, na manutenção da prática e no reestabelecimento breve da saúde do cliente. "Diversas outras lesões são decorrentes da prática esportiva, como unhas encravadas, hematomas, calos e calosidades, além do já citado acima. Alguns tratamentos podem ser utilizados desde técnicas como a ortoplastia, correção da curvatura da unha, proteções locais entre outra. Todavia, a consulta podológica é fundamental para que seus pés possam auxiliar você a realizar a atividade que mais gosta.

Adão Neto e Jaqueline Oliveira - Podologistas  
Hope Podologia  
hopepodologia@outlook.com.br / 17 3212-8073 / 17 3022-7476



# 77FIT

## ACADEMIA COLETIVA



**CONHEÇA O CONCEITO QUE A 77FIT  
PREPAROU PARA VOCÊ:  
MAIS QUALIDADE DE VIDA, MAIS SAÚDE E MAIS CONFIANÇA  
VENHA NOS CONHECER!**

f /77fitacademia

☎ 17 3364-7585

Rua Inglaterra, 971/983 - Ns. Sra. de Fátima (Esq. com Cel. Spínola de Castro) - São José do Rio Preto/SP



# Villa CAPIBUM

BUFFET

Garantimos a melhor festa para você, com total segurança e apoio para as crianças.

Nosso serviço de buffet conta com salgados, refrigerantes, sobremesas, bolos e muito mais.

Garanta já seu espaço!



[capibum.com.br](http://capibum.com.br)

17 99178-9661

17 3221-5125

## Unidade 1

Av. Dr. Aniloel Nazareth, 5800  
Parq. Res. C. Mansur Daud - S. J. Rio Preto/SP

## Unidade 2

Av. Murchid Honsi, 2540  
Jd. Santa Maria - S. J. Rio Preto/SP

revista  
**Seven**

## 11ª CORRIDA DAHMA



PREMIAÇÃO POR  
CATEGORIA 5K e 10K

Dia 08/DEZ/2019  
Largada às 7h  
Lago 3 Represa Municipal



Organização/Realização  
**ALCER**

INSCRIÇÕES [alcer.esp.br](http://alcer.esp.br)

Patrocínio



Apoio



VALORIZE  
O SEU  
SORRISO

**De Jorge**  
Odontologia

Dr. Marcel de Jorge  
Cirurgião Dentista  
CRO-SP 84069 | Resp. Técnico 18168

17 3364-7791 | 3364-7792 | 99116-7727

✉ [dejorgeodontologia@gmail.com](mailto:dejorgeodontologia@gmail.com)

📱 @dejorgeodontologia

Av. Murchid Honsi, 313 - Vila Elvira  
São José do Rio Preto - SP

## Do cafézinho ao cardápio light fazem do Santo Garfo um local muito frequentado



O Santo Garfo oferece atendimento que agrada todo tipo de gosto, para aqueles que adoram pela manhã tomar um cafézinho, um capuccino ou um belo suco de frutas, que pode acompanhar pão francês na chapa, pão de queijo saboroso ou então um delicioso misto quente que é a nossa dica.

No almoço sempre tem a opção do prato do dia, com preços sempre especiais, mas o cardápio é bem versátil e agrada desde quem quer comer um prato light, com frango, grelhado e peixe até uma pessoa que quer uma picanha ao ponto.

O atendimento também é um dos diferenciais da casa que conta com ambiente climatizado para atender os clientes, no Santo Garfo você encontra os principais jornais e revistas do dia para ficar antenado no que está acontecendo em Rio Preto, no Brasil e no mundo.

### Serviços

Unid. 1 - Av José Munia, 4501 - Loja 5 - Tel. 17 3226-6592

Unid. 2 - Rua Voluntário de São Paulo, 3855 - Tel. 17 3211-2020

### Conheça a ótica completa!

- Óculos receituário, Solares, Esportivos e Lentes de Contato.

Grandes Marcas com garantia de procedência.



Laboratório Computadorizado e Técnicos Óticos Certificados.

**ÓTICA ROSSI**

ÓCULOS E LENTES DE CONTATO

Voluntários de São Paulo 3149  
São José do Rio Preto - SP  
(17) 3235.1255



G R Á F I C A

## SÃO SEBASTIÃO

Fazemos  
os seus produtos  
terem uma **ÓTIMA**  
Impressão.

Folhetos | Folders | Revistas

Livros | Rótulos | Catálogos

Cartazes | Agendas | Calendários

Envelopes | Pastas | Embalagens | Tags

17 3215 0700

Rua Ângelo Fabrini, 377 - Jardim Urupês  
São José do Rio Preto-SP

[www.graficasaosebastiao.com.br](http://www.graficasaosebastiao.com.br)

# Cotuba

combina  
com tudo

[www.cotuba.com](http://www.cotuba.com)



QUALIDADE

